



O Espaço Divinos



Alimentação Natural

- Alimentação saudável
- Ingredientes integrais e o mais naturais possível
- Ingredientes biológicos
- Alimentação macrobiótica / vegetariana

Cursos de Alimentação Natural

- Aprender a utilizar ingredientes não utilizados na comida tradicional portuguesa, como o tofu, seitã, grãos integrais, tamari, miso, algas, etc
- Aprender como substituir os alimentos prejudiciais à saúde por alimentos benéficos
- Não gastar muito tempo na cozinha, cozinhar com qualidade, mas com simplicidade e rapidez
- Não ficar "agarrado" a receitas, mas saber como utilizar o que tem na dispensa e frigorífico. Saber inovar.



Venda de produtos biológicos



- A **Alimentação Natural** faz parte de uma forma de estar na vida que, a todos os níveis, defende a harmonia do Ser Humano com a Natureza.



Workshops de Desenvolvimento Pessoal e Espiritualidade

- Várias propostas...
- Várias linhas...
- Uma só direcção...

Auto-conhecimento

Harmonia

Felicidade!

Sala de Terapias Holísticas

- Terapia = harmonizar, equilibrar
- Holística = do grego **holus**: totalidade

Terapia Holística consiste na prática de técnicas naturais e não invasivas, na busca da obtenção do equilíbrio, auto-conhecimento e bem-estar do indivíduo como um todo.



Espaço Divinos

O despertar de uma nova consciência

www.espacodivinos.com

www.espacodivinos.com

Tel. 226.154.338 / 917.816.906